เนื้อแท้ของพระพุทธศาสนา

โดย

เสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์

กองการวิปัสสนาธุระวัดมหาธาตุพิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ

ในงานฌาปนกิจศพ

นายเหลียง เบี่ยมพงศ์สานต์

๑๘ พฤศจิกายน ๒๕๐๔

294.3
ส934นห

#9380

เนื้อแท้ของพระพุทธศาสนา

โดย

เสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์

กองการวิปัสสนาธุระ วัดมหาธาตุ พิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ

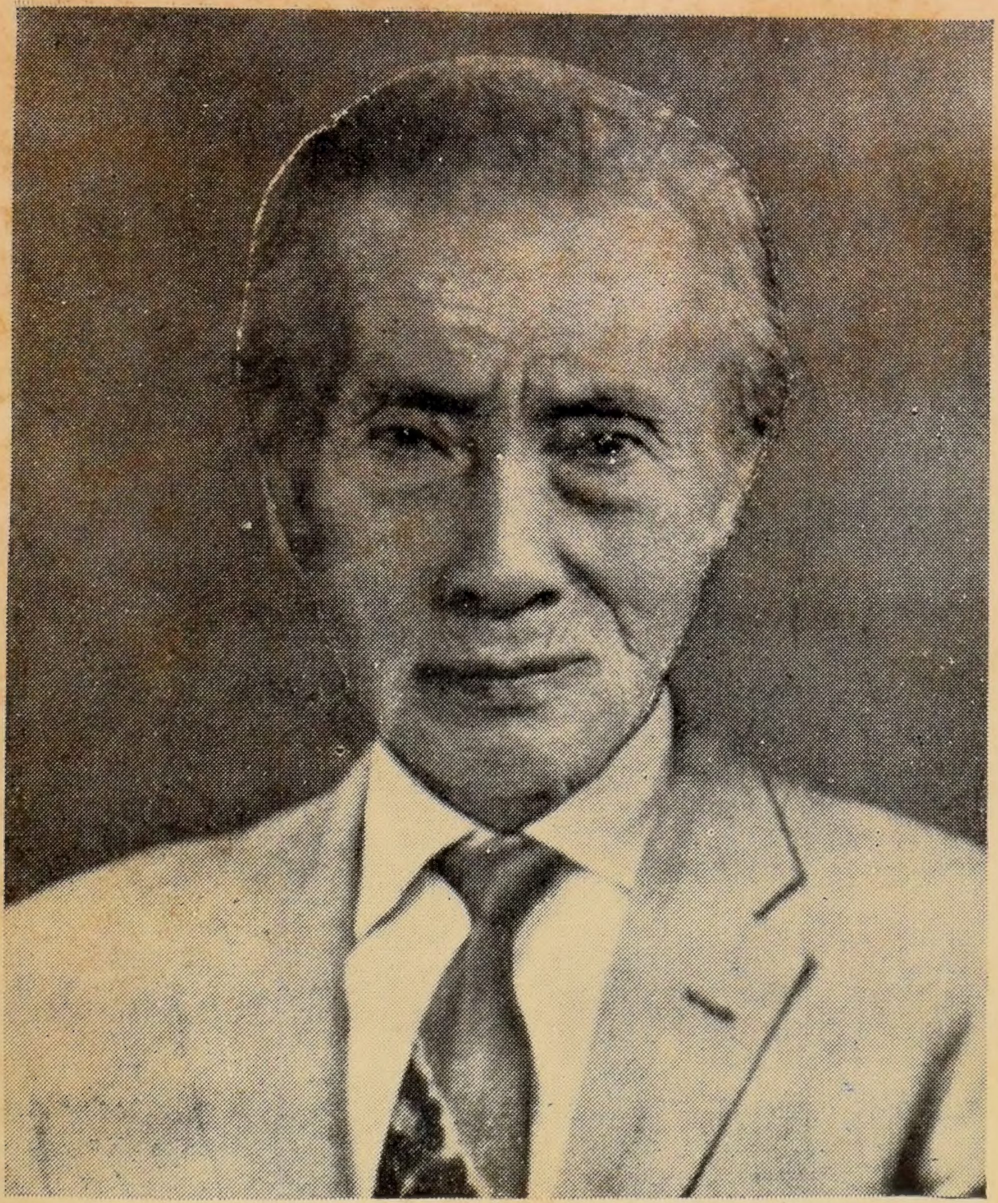
ในงานฌาปนกิจศพ

นายเหลียง เปี่ยมพงศ์สานต์

๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๐๔

เลขหมู่ 294.3
ส934นห
เลขทะเบียน 009084

5619



นายเหลียง เบี่ยมพงศ์สานต์

ชาตะ ๒๑ เมษายน ๒๔๒๓

มรณะ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๐๔

คำนำ

งานฌาปนกิจศพท่านอุบาสก เหลียง เปี่ยมพงศ์สานต์ ซึ่งภรรยาบุตรธิดาเป็นเจ้าการได้กำหนดวันที่ ๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๐๕ ณ วัดจักรวรรดิราชาวาส จังหวัดพระนครนั้น

โดยที่ท่านอุบาสก เหลียง เปี่ยมพงศ์สานต์ เป็นผู้มีส่วนสัมพันธ์กับกองการวิปัสสนาธุระ ด้วยเคยได้เข้าไปบำเพ็ญปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอยู่ภายในบริเวณพระอุโบสถวัดมหาธาตุเป็นเวลานาน จนทำให้ท่านได้มีประสพการณ์ในพระพุทธศาสนาเป็นพิเศษ ซึ่งควรแก่มงคลนามว่า "อุบาสก" โดยศาสนโวหาร

อีกประการหนึ่ง นายเสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์ ซึ่งเป็นบุตรคนแรกของท่านอุบาสกเหลียงนั้น เป็นผู้ที่มีอุปการคุณแก่กองการวิปัสสนาธุระเป็นพิเศษ คือนับตั้งแต่ พ.ศ. ๒๔๙๗ เป็นต้นมา ซึ่งเป็นเวลาหลังจากที่นายเสวตรได้เข้าศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อพิสูจน์หาความจริงตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาแล้ว นายเสวตรได้เจริญศรัทธาและประกอบด้วยอุตสาหะอย่างแรงกล้าในพระพุทธศาสนายิ่งขึ้น ในกาลต่อ ๆ มา นายเสวตรได้แบ่งภาคแห่งชีวิตให้เป็นคุณประโยชน์แก่พระพุทธศาสนาเยี่ยงอุบาสกสาวกที่กตัญญูของสมเด็จพระพุทธองค์ผู้หนึ่ง โดยใช้เวลา

ของชีวิตให้เป็นประโยชน์ทั้งทางโลกและทางธรรมควบคู่กันไป เข้าในหลักสุภาษิตที่ว่า "ทางโลกไม่ช้ำ ทางธรรมไม่เสีย" ที่เป็นประการสำคัญและเห็นได้ชัดนั้นคือ ได้เสียสละเวลาใช้สติปัญญารจนาหนังสือเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาขึ้นหลายเรื่อง แต่ละเรื่องนับว่าเป็นคุณประโยชน์แก่ชาวพุทธผู้สนใจใคร่ต่อการศึกษาปฏิบัติธรรมขั้นจริงจังเป็นอย่างดียิ่ง ดังจะเห็นเป็นประจักษ์ในหนังสือเล่มที่ท่านกำลังถืออ่านอยู่นี้ ผลงานของนายเสวตรทั้งนี้ ได้สำเร็จเป็นพลวปัจจัยส่งเสริมให้กองการวิปัสสนาธุระได้มีกำลัง และเครื่องอุปกรณ์ เผยแพร่พระพุทธศาสนาให้เข้าถึงจิตใจชาวพุทธทั้งภายในและภายนอกประเทศเป็นอย่างดี ที่นับว่าหาได้ไม่สู้ง่ายนัก

ด้วยเหตุนี้ กองการวิปัสสนา ธุระระลึกถึงคุณงาม ความดีของท่านอุบาสกเหลี่ยงและของนายเสวตรประกอบกัน โดยเฉพาะที่เป็นกำลังแก่พระพุทธศาสนาและที่เป็นอุปการคุณแก่กองการวิปัสสนาธุระ เพื่อที่จะได้ให้สำเร็จเป็น ปฏิการธรรม สนองคุณของท่านผู้มีพระคุณในโอกาสอันมาถึง กองการวิปัสสนาธุระจึงได้เป็นเจ้าภาพจัดการพิมพ์หนังสือนี้ มอบให้คณะเจ้าภาพศพแจกเป็นส่วนธรรมบรรณาการในงานฌาปนกิจศพของท่านอุบาสกเหลี่ยงอีกส่วนหนึ่ง ส่วนสาระเนื้อหาของหนังสือนี้จักมีรสและคุณค่าประการใด ชื่อของหนังสือย่อมบ่งชัดอยู่แล้ว เมื่อท่านผู้อ่านมีศรัทธาเสียสละเวลาอ่านด้วยสติปัญญา ก็จะได้รู้รสและทราบคุณค่าด้วยตนของตน

หนังสือนี้นายเสวตรได้รจนาขึ้นเป็นภาษาอังกฤษ เพื่อสนองความต้องการของชาวต่างประเทศมาก่อน ต่อมากองการวิปัสสนาธุระจึงได้ขอให้นายเสวตรถ่ายออกมาเป็นภาษาไทย เพื่อที่จะได้ตีพิมพ์แจกเป็นส่วนปฏิการคุณเนื่องในงานนี้ดังกล่าวแล้ว

กุศลวิบากใด อันจะพึงเกิดจาก การสร้าง หนังสือ คดีธรรมเรื่องนี้ กองการวิปัสนาธุระขออุทิศกุศลวิบากนั้นทั้งมวล แด่ท่านอุบาสก เหลียง เปี่ยมพงศ์สานต์ จงทุกประการ.

กองการวิปัสสนาธุระ

วัดมหาธาตุ พระนคร

๘ พฤศจิกายน ๒๕๐๔

พ่อ

พ่อได้จากลูก ๆ ไปแล้วตามกฎธรรมดาโลก แต่ลูก ๆ ก็ระลึกถึงพ่ออยู่ไม่วาย และจะระลึกถึงอยู่ตราบเท่าชีวิตของลูก ไม่ใช่เพราะเพียงพ่อเป็นผู้ให้กำเนิดลูกเท่านั้น แต่เพราะพ่อเป็นพ่อที่ดีของลูก เป็นผู้ปั้นลูกให้ดำรงชีวิตอยู่ในความดี และสามารถเผชิญชีวิตอยู่ในโลกได้โดยมีฐานอันมั่นคง

พ่อเป็นแบบอย่างที่ดีของลูก ๆ ในด้านความซื่อสัตย์ ความรู้จักข่มใจ ความอดทน และความเสียสละ ธรรมของฆราวาส ๔ ประการนี้ พ่อมีอยู่อย่างบริบูรณ์

ตลอดชีวิตของพ่อ พ่อถือความซื่อสัตย์เป็นสิ่งสำคัญในการติดต่อเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น ไม่มีใครเลยที่ต้องผิดหวังหรือได้รับความเจ็บช้ำน้ำใจเพราะพ่อโดยเหตุที่ว่าพ่อละคุณธรรมข้อนี้ ในสมัยที่พ่อทำการค้าของที่พ่อนำออกสู่ตลาด ย่อมเป็นที่นิยมและรับรองกันทั่วไปว่ามีคุณภาพดีเป็นที่เชื่อถือได้

ในด้านความรู้จักข่มใจ พ่อมีอยู่อย่างน่าสรรเสริญ เกือบจะกล่าวได้ว่าตลอดชีวิตของพ่อ พ่อไม่เคยมีเรื่องวิวาทบาดหมางกับผู้ใด หากจะมีความไม่พอใจ พ่อก็ไม่แสดงออก และตามปกติพ่อก็เป็นคนพูด

น้อยอยู่แล้ว ไม่สนใจในเรื่องของคนอื่น ในชีวิตดูเหมือนพ่อจะสนใจในการทำงานชาจีน และไม้ดัดมากกว่าอย่างอื่น เมื่อถึงคราวที่ต้องเผชิญกับโชคร้าย พ่อก็เผชิญอย่างใจเย็น เมื่อเกิดไฟไหม้ตลาดระยองครั้งใหญ่ใน พ.ศ. ๒๔๖๓ เกือบทุกสิ่งทุกอย่างต้องสูญเสียไปในกองเพลิง แต่พ่อรู้จักข่มใจ เผชิญกับโชคร้ายนั้นอย่างไม่สะดุ้งสะเทือน

พ่อเป็นคนชอบทำงาน ทำมาเกือบตลอดชีวิต ถ้าไม่ป่วยเจ็บแล้ว พ่อต้องทำงาน ไม่ชอบอยู่ว่าง พ่อมีความอดทนมาก แดดฝนหรือคลื่นลมไม่เป็นอุปสรรคกีดกันไม่ให้พ่อไปทำงานได้ เพราะเหตุนี้ แม้จะมีอายุถึง ๘๐ พ่อก็ยังแข็งแรงและยังทำงานอยู่เสมอ

ในด้านการเสียสละ นับได้ว่าพ่อมีอยู่มาก พ่อได้เสียสละความสุขส่วนตัวเพื่อความเจริญของลูก ๆ ตลอดมา สำหรับส่วนรวม พ่อก็ได้เสียสละทรัพย์และแรงงานในการทำบุญสุนทร์ทานอยู่เสมอ โดยเฉพาะในการร่วมบุกเบิกสร้างวัดตรีรัตนาราม บ้านปากคลอง จังหวัดระยอง และในชีวิตบั้นปลาย พ่อก็ได้เข้าปฏิบัติธรรม บำเพ็ญวิปัสสนากรรมฐาน ณ วัดมหาธาตุ พระนคร ปรากฏผลเป็นที่พอใจ

พ่อได้ให้กำเนิดแก่ลูก ๑๐ คน คือ

๑. เสวตร เปี่ยมพงศ์สานต์

๒. ลูกหญิง (ถึงแก่กรรม)

๓. นิยม เปี่ยมพงศ์สานต์ (ถึงแก่กรรม)

๔. พ.ต.ต. สมัย เปี่ยมพงศ์สานต์

๕. สงบ เปี่ยมพงศ์สานต์

๖. ร.ต.อ. บรรจบ เปี่ยมพงศ์สานต์

๗. ชูศรี เปี่ยมพงศ์สานต์

๘. ร.ท. อรุณ เปี่ยมพงศ์สานต์

๙. อมรา เปี่ยมพงศ์สานต์

๑๐. ยงยุทธ เปี่ยมพงศ์สานต์

ในปี ๒๕๐๓ พ่อมีอาการไอเป็นโลหิตเล็กน้อย ได้ทำการรักษากันอย่างเป็นวัณโรค มาในเดือนเมษายน ๒๕๐๔ อาการป่วยของพ่อได้ปรากฏชัดขึ้น แม่และลูก ๆ ได้นำพ่อมารักษาที่โรงพยาบาลวัณโรคแล้วย้ายมาทำการรักษาที่โรงพยาบาลศิริราช เพราะปรากฏว่าโรคที่เป็นนั้นหาใช่วัณโรคไม่ แต่เป็นมะเร็งในปอดในขั้นร้ายแรง สุดที่แพทย์จะเยียวยารักษาได้ ในที่สุดพ่อก็ถึงแก่กรรมด้วยอาการอันสงบต่อหน้าแม่และลูก ๆ ในคืนวันที่ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๐๔ สิริรวมอายุได้ ๘๑ ปี กับ ๑ เดือน.

ลูก ๆ

เนื้อแท้ของพระพุทธศาสนา

มนุษย์เรานี้ แม้จะมีอารยธรรมสูงอย่างไรก็ตาม ก็ไม่อาจจะละการทำชั่วไปไม่พ้น ความชั่วทั้งหลายในโลกนี้ ไม่ได้เกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติ แต่เกิดจากมนุษย์นั่นเอง และสิ่งซึ่งเป็นมูลเหตุก่อให้เกิดความชั่วก็คือจิตของมนุษย์ ตามหลักของพระพุทธศาสนา จิตของมนุษย์โดยธรรมชาติแล้วไม่บริสุทธิ์ ย่อมเกรอะกรังด้วยกิเลส ๓ ประการ คือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง กิเลส ๓ ประการนี้เองที่ผลักดันให้มนุษย์เราทำความชั่วนานาประการ

อันที่จริงผู้ที่มีอารยธรรมสูงหรือผู้ที่มีการศึกษาดี ย่อมจะมีจิตสำนึกรู้ได้เองว่า อะไรดีอะไรชั่ว อะไรผิดอะไรถูก อะไรควรอะไรไม่ควร และรู้ว่าโลภ โกรธ หลง เป็นของชั่ว แต่มนุษย์ก็ยังทำผิดและทำชั่ว และไม่สามารถจะขจัดโลภ โกรธ หลง ให้หมดสิ้นไปได้ กิเลสทั้ง ๓ ประการนี้ ตามธรรมดาของมันแล้วจะนอนนิ่งอยู่ในดวงจิต เมื่อยังไม่มีเชื้อ คือ สิ่งแวดล้อมที่มีสภาพรุกเร้าอารมณ์อันเหมาะสม มันก็จะยังไม่แสดงออก ต่อเมื่อมีการรุกเร้าอารมณ์จากสิ่งแวดล้อมถึงจุดเหมาะ มันก็จะพลุ่งขึ้นทันที เหมือนเพลิงที่สุมอยู่ในกองหญ้า เมื่อลมพัดมาก็จะลุก

โพลงขึ้นฉะนั้น การศึกอบรมและธรรมชาติแห่งจิตอาจจะทำให้มีสติยั้งคิดที่จะทำให้ระงับยับยั้งความโลภ ความโกรธ ความหลงได้พอสมควร แต่ถ้าสิ่งแวดล้อมรุกเร้าเย้ายวนถึงขนาดแล้ว การศึกษาอบรมหรือธรรมชาติแห่งจิตจะไม่ช่วยอะไรได้เลย

เพื่อที่จะให้โลกนี้มีความผาสุกยิ่งขึ้น บรรดาศาสดาของลัทธิและศาสนาต่าง ๆ ต่างก็พยายาม คิดค้นและวางหลักธรรมขึ้นเพื่อให้มนุษย์ทำความดีและละความชั่ว พระบรมศาสดาของเราก็ทรงทำเช่นเดียวกัน แต่ พระองค์ได้ทรงสอนให้มนุษย์ ชำระจิตให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้ว ด้วยดังปรากฏในโอวาทปาติโมกข์ต่อไปนี้

" การไม่ทำบาปทุกอย่าง การทำกุศลให้เต็มที่ การชำระจิตให้ผ่องแผ้ว นี้เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย "

การสอนให้ทำความดีละความชั่วนั้น อาจจะจูงใจให้มนุษย์ปฏิบัติตามได้ แต่ก็เป็นเพียงชั่วคราวเท่านั้น ไม่อาจจะทำให้มนุษย์ปฏิบัติตามได้ตลอดไป เพราะจิตใจของมนุษย์ยังเกรอะกรังด้วยกิเลสอยู่ ซึ่งพร้อมที่จะทำให้มนุษย์ทำความชั่วอยู่เสมอ ถ้าจิตใจของมนุษย์ได้รับการชำระให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้วแล้ว มนุษย์จะทำความดีและละความชั่วได้ตลอดไปอย่างไม่ต้องสงสัย เพราะกิเลสซึ่งเป็นมูลเหตุที่จูงใจให้ทำชั่วได้ถูกชำระล้างหมดสิ้นไป ในการที่จะชำระจิตให้บริสุทธิ์นั้น สมเด็จพระ-สัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงวางวิธีปฏิบัติไว้ เรียกว่า *กรรมฐาน*

กรรมฐานเป็นวิธีชำระจิตให้บริสุทธิ์ เพราะมีกรรมฐานนี้เอง พระพุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาของการปฏิบัติ ไม่ใช่เป็นเพียงคำสอนทางธรรมจริยาเท่านั้น คำสอนของพระพุทธองค์ทั้งหมดล้วนแต่เป็นคำสอนเกี่ยวแก่วิธีปฏิบัติกรรมฐานหรือเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติกรรมฐานไม่ทางตรงก็ทางอ้อม เราจึงกล่าวได้ว่า **กรรมฐานเป็นแก่นหรือเนื้อแท้ของพระพุทธศาสนา**

กรรมฐานในพระพุทธศาสนามี ๒ อย่าง คือ **สมถกรรมฐาน** และ **วิปัสสนากรรมฐาน** กรรมฐานทั้งสองนี้แตกต่างกันมากทั้งวิธีปฏิบัติและผลของการปฏิบัติ สมถกรรมฐานเพ่ง *บัญญัติ* เป็นอารมณ์ คือเพ่งสิ่งที่โลกสมมติเรียกกันว่าเป็นนั่นเป็นนี่เป็นอารมณ์ แต่วิปัสสนากรรมฐานเพ่ง *ปรมัตถธรรม* คือรูปและนามเป็นอารมณ์ สมถกรรมฐานมุ่งเอาความสงบที่เป็นโลกียะคือความสงบในโลก แต่วิปัสสนากรรมฐานมุ่งเอาความสงบที่เป็นโลกุตระคือความสงบที่พ้นจากโลกซึ่งมี *นิพพาน* เป็นที่สุด โดยการปฏิบัติสมถกรรมฐาน จิตจะได้รับการชำระให้บริสุทธิ์เพียงชั่วคราว แต่โดยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จิตจะได้รับการชำระให้บริสุทธิ์ไปชั่วกาลอวสาน สมถกรรมฐานไม่อาจทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุมรรคผลนิพพานได้ แต่จะทำให้ผู้ปฏิบัติได้บรรลุอภิญญา เช่น มีหูทิพ ตาทิพ หรือเดินน้ำดำดินหรือเหาะไปในอากาศได้ วิปัสสนากรรมฐานไม่อาจทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุอภิญญาเช่นว่านั้น แต่จะทำให้ผู้ปฏิบัติได้บรรลุมรรคผลและนิพพาน อย่าง

ไรก็ดี เพื่อที่จะบรรลุนิพพานซึ่งเป็นจุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนา เราอาจจะปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานโดยตรงก็ได้ หรือจะปฏิบัติสมถกรรมฐานเสียก่อนจนได้บรรลุฌาน แล้วอาศัยสมาธิในฌานนั้นเป็นฐานปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานต่อไปก็ได้ ลำพังแต่ปฏิบัติสมถกรรมฐานอย่างเดียวไม่มีทางจะทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้เลย

สมถกรรมฐาน

ในการปฏิบัติสมถกรรมฐาน ผู้ปฏิบัติจะต้องเพ่งกรรมฐาน ๔๐ อย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอารมณ์ คือ กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ อรูปธรรม ๔ สัญญา ๑ และกายวิเคราะห์ ๑

กสิณ ๑๐ ได้แก่ของที่ทำด้วยดิน น้ำ ลม ไฟ ของสีเขียว ของสีเหลือง ของสีแดง ของสีขาว แสงสว่าง และช่องอากาศ

อสุภ ๑๐ ได้แก่ซากศพ อันมีลักษณะต่าง ๆ นับตั้งแต่ซากศพที่ขึ้นพองจนถึงโครงกระดูก

อนุสสติ ๑๐ ได้แก่การระลึกถึงของ ๑๐ อย่าง คือ พระคุณของพระพุทธเจ้า คุณของพระธรรม คุณของพระอริยสงฆ์ ศีลซึ่งไม่ด่างพร้อย การบริจาคทาน คุณธรรมของเทวดา ความตาย ร่างกายซึ่งน่าเกลียดน่าชัง ลมหายใจ และนิพพาน

พรหมวิหาร ๔ ได้แก่เมตตา ความรักในสัตว์ทั้งหลาย กรุณา ความสงสารในสัตว์ที่มีความทุกข์ มุทิตา ความยินดีต่อสัตว์ที่มีความสุข และอุเบกขา ความวางเฉยในสัตว์ทั้งหลาย

อรูปธรรม ๔ ได้แก่สิ่งที่ปราศจากรูป ๔ ประการ คือ ความว่างเปล่าไม่มีที่สุด วิญญาณไม่มีที่สุด ความไม่มีอะไรไม่มีที่สุด และสัญญาละเอียดซึ่งจะว่ามีสัญญาก็ไม่ใช่ ไม่มีก็ไม่ใช่

สัญญา ได้แก่ความเห็นที่ว่าอาหารเป็นของปฏิกูลน่าเกลียด

กายวิเคราะห์ ได้แก่การพิจารณาส่วนประกอบต่าง ๆ ของร่างกาย ให้เห็นว่าเป็นธาตุ ดิน น้ำ ไฟ หรือลม แล้วแต่กรณี

ในการเข้าปฏิบัติสมถกรรมฐาน ผู้ปฏิบัติจะต้องรักษาศีลให้บริสุทธิ์ก่อน และเมื่อได้เลือกเอากรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง (นอกจากอรูปธรรม ๔) เช่น กสิณที่เป็นดินแล้ว ผู้ปฏิบัติจะต้องนั่งเพ่งกสิณนั้นให้ติดตา จนกระทั่งมองเห็นได้ชัดเจนเหมือนกันทั้งในเวลาหลับตาหรือลืมตา เมื่อมีสมาธิดีแล้ว ก็จะเห็นภาพของกสิณนั้นในเวลาหลับตา เมื่อสมาธิแรงกล้ามากยิ่งขึ้น นิวรณ์ทั้ง ๕ ซึ่งเป็นเครื่องกั้นกางจิตไม่ให้สงบ คือ ความใคร่ ความโกรธ ความหดหู่ท้อถอย ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ และความลังเลสงสัยก็จะระงับลง นั่นคือจิตของผู้ปฏิบัติได้เข้าสู่ *ปฐมฌาน* อันเป็นความสงบทางจิตขั้นแรกของการปฏิบัติสมถกรรมฐาน ในจิตของผู้ปฏิบัติจะมี *วิตก* คือความตรึก *วิจาร* คือความตรอง *ปีติ* คือความอิ่ม

เอิบใจ และ สุข คือความสุขทั้งกายและใจ และจิตนั้นจะยึดมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว กิเลสก็จะระงับลง แต่เป็นการชั่วคราวเท่านั้น

เมื่อได้บรรลุปฐมฌานแล้ว ผู้ปฏิบัติจะต้องเพ่งกรรมฐานอย่างเดียวกันนั้นต่อไปเพื่อละวิตกและวิจารเสีย เมื่อสมาธิแก่กล้า ก็จะได้บรรลุ *ทุติยฌาน* วิตกและวิจารหมดไป คงเหลือแต่ปีติและสุขอยู่ในดวงจิต

เมื่อได้บรรลุทุติยฌานแล้ว ผู้ปฏิบัติจะต้องเพ่งกรรมฐานอย่างเดียวกันต่อไปเพื่อละปีติ เมื่อสมาธิแก่กล้า ก็จะได้บรรลุ *ตติยฌาน* ในดวงจิตจะเหลือแต่สุขอันประกอบด้วยอุเบกขาและสติสัมปชัญญะชัดแจ้ง คือปราศจากความยินดียินร้าย และความหลงใหลในความสงบที่ได้รับ

เมื่อได้บรรลุตติยฌานแล้ว ผู้ปฏิบัติจะต้องเพ่งกรรมฐานเดิมต่อไปเพื่อละสุขเสีย เมื่อสมาธิแก่กล้าก็จะได้บรรลุ *จตุตถฌาน* ซึ่งปราศจากทุกข์ มีแต่สติอันบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา ผู้ปฏิบัติจะไม่มีความรู้สึกนึกคิดแต่ประการใดและจะปราศจากลมหายใจ จะต่างกับคนตายก็เพียงแต่ว่ามีไออุ่นเหลืออยู่เท่านั้น แม้ว่าจิตของผู้ปฏิบัติผู้ได้บรรลุจตุตถฌานจะบริสุทธิ์เนื่องจากปราศจากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง แต่ความบริสุทธิ์นี้ก็จะมีอยู่เพียงเท่าที่ผู้ปฏิบัติเข้าอยู่ในฌานเท่านั้น เมื่อออกจากฌานแล้ว กิเลสก็จะกลับคุขึ้นอีก ฌานนี้ไม่สามารถจะกำจัดกิเลสให้หมดสิ้นไปได้อย่างเด็ดขาดเหมือนอย่างกับมรรคผลอันเกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

เมื่อได้บรรลุฌานใดฌานหนึ่งแล้ว ถ้าผู้ปฏิบัติปรารถนาจะเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อหวังบรรลุมรรคผลนิพพานแล้ว ก็ย่อมจะทำได้โดยอาศัยสมาธิที่ได้จากฌานเป็นฐานปฏิบัติต่อไป ยิ่งถ้าได้จตุตถฌาน ก็ยิ่งจะปฏิบัติวิปัสสนาได้ไม่ยาก เพราะมีสมาธิแรงกล้าอยู่แล้ว

ฌานทั้ง ๔ นี้ เรียกว่า *รูปฌาน* เพราะกรรมฐานที่เพ่งเป็นวัตถุที่มีรูป เมื่อได้บรรลุจตุตถฌานแล้ว ผู้ปฏิบัติอาจปฏิบัติสมรรถกรรมฐานเพื่อบรรลุ *อรูปฌาน* โดยเพ่งอากาศไม่มีที่สุด วิญญาณไม่มีที่สุด ความไม่มีอะไรไม่มีที่สุด และสัญญาละเอียดที่จะว่าเป็นสัญญาก็ไม่ใช่ไม่เป็นก็ไม่ใช่ ในที่สุดก็จะได้บรรลุอรูปฌานทั้ง ๔ โดยลำดับ ในขณะที่อยู่ในฌานเหล่านี้ ผู้ปฏิบัติจะไม่มีความรู้สึกนึกคิดและสมปฤดีทั้งมวล ดวงจิตจะบริสุทธิ์ยิ่งขึ้นตามลำดับ และเมื่อเข้าอยู่ในฌานสุดท้าย ผู้ปฏิบัติจะมีความสุขทันตาเห็นยิ่งกว่าฌานต้น ๆ ทั้งหมด

อภิญญา

การได้บรรลุฌานอาจทำให้ผู้ปฏิบัติ บรรลุอภิญญา อย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างได้ คือ มีฤทธิ์ เช่นเหาะเหินเดินอากาศ หรือแหวกน้ำดำดิน มีหูทิพ มีตาทิพ ระลึกชาติได้ และล่วงรู้ใจคน ในการที่จะบรรลุอภิญญา ผู้ปฏิบัติจะต้องได้จตุตถฌานเป็นอย่างน้อย และจะต้องฝึกเข้าฌาน อยู่ในฌาน และออกจากฌาน ด้วยวิธีการต่าง ๆ จนชำนาญ

เป็นอย่างดี แล้วจึงใช้จิตเพ่งของหรือเหตุการณ์ที่เป็นของคู่กับอภิญญาที่ต้องการจะได้ ตัวอย่าง เช่น ถ้าต้องการจะมีหูทิพ ก็จะต้องเพ่งเสียงที่ใกล้ที่สุดก่อน แล้วค่อย ๆ เปลี่ยนไปเพ่งเสียงที่อยู่ไกลออกไปเป็นลำดับ หรือถ้าต้องการจะมีอำนาจระลึกชาติ ก็จะต้องระลึกถึงเหตุการณ์ในปัจจุบันก่อน แล้วระลึกย้อนถึงเหตุการณ์ในอดีตถอยหลังขึ้นไปเป็นลำดับ อย่างไรก็ตามการที่จะบรรลุอภิญญานี้เป็นการยากยิ่ง เพราะวิธีปฏิบัติยากเกินไปสำหรับคนธรรมดาสามัญ ฉะนั้น ผู้ที่ปรารถนาจะชำระจิตให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้ว จึงควรปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานดีกว่าที่จะไปมุ่งเอาอภิญญา

วิปัสสนากรรมฐาน

การชำระจิตให้บริสุทธิ์เป็นการทำลาย *ตัณหา* ซึ่งเป็นรากฐานแห่งทุกข์ทั้งปวง เมื่อตัณหาดับ อวิชาคือความไม่รู้ก็ดับลงด้วยตลอดจนทุกข์ทั้งปวง ไม่มีการเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป นั่นคือบรรลุถึงนิพพาน ทางที่จะนำไปสู่ความดับทุกข์ คือ *มรรค อันมีองค์ ๘* ทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ (สมุทัย) ความดับทุกข์ (นิโรธ) และทางไปสู่ความดับทุกข์ (มรรค) นี้ คือ *อริยสัจจ์ ๔* ซึ่งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงตรัสรู้หรือค้นพบ

มรรคอันมีองค์ ๘ ประกอบด้วย

๑. ความเห็นชอบ (*สัมมาทิฏฐิ*) คือ เห็นแจ้งในอริยสัจจ์ ๔

๒. ความตั้งใจชอบ (*สัมมาสังกัปโป*) คือ ดำริตริตรองเพื่อจะออกจากกาม ไม่พยาบาทปองร้ายและไม่เบียดเบียนผู้อื่น

๓. วาจาชอบ (*สัมมาวาจา*) คือ ไม่พูดปด ไม่พูดคำหยาบ ส่อเสียดหรือเหลวไหล

๔. การงานชอบ (*สัมมากัมมันโต*) คือ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ และไม่ผิดประเวณี

๕. การเลี้ยงชีวิตชอบ (*สัมมาอาชีโว*) คือ หาเลี้ยงชีวิตโดยชอบธรรม

๖. ความเพียรชอบ (*สัมมาวายาโม*) คือเพียรมิให้ความชั่วเกิดขึ้น เพียรละความชั่วที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรทำความดี และเพียรรักษาความดีที่เกิดขึ้นไว้

๗. สติชอบ (*สัมมาสติ*) คือ ใช้สติกำหนดรู้อาการของกาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งเรียกว่า สติปัฏฐาน ๔

๘. สมาธิชอบ (*สัมมาสมาธิ*) คือทำใจให้มีสมาธิอันถูกต้อง

มรรคอันมีองค์ ๘ นี้เป็น *ทางสายกลาง* ระหว่างวิธีปฏิบัติที่อยู่ปลายสุดทั้งสองข้าง คือที่ปฏิบัติอย่างสุขสบายอันเป็นทางที่หย่อนเกินไปทางหนึ่ง และที่ปฏิบัติอย่างทรมานอันเป็นทางที่ตึงเกินไปอีกทางหนึ่ง ซึ่งทั้งสองทางนี้ไม่ก่อให้เกิดผลอย่างใดในทางปฏิบัติ แต่ทางสายกลางนี้จะให้ผลในการชำระจิตให้บริสุทธิ์อย่างน่ามหัศจรรย์ ในทางทฤษฎี มรรค

อันมีองค์ ๘ ย่นย่อลงเป็น **ศีล สมาธิ ปัญญา** ซึ่งเรียกกันว่า ไตรสิกขา ศีล ประกอบด้วยวาจาชอบ การงานชอบ และการเลี้ยงชีวิตชอบ สมาธิ ประกอบด้วยความเพียรชอบ สติชอบ และสมาธิชอบ ส่วนปัญญาประกอบด้วยความตั้งใจชอบ และความเห็นชอบ

ศีล

ศีลคือการสำรวมกาย และวาจาให้เรียบร้อยโดย เว้นจาก การพูด การกระทำและการดำรงชีพอันมิชอบ

ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์ หรืออีกนัยหนึ่งเพื่อบรรลุมรรคผลนิพพานนั้น ในขั้นแรกผู้ปฏิบัติจะต้องรักษาศีลก่อน ศีลที่จะต้องรักษานั้นประกอบด้วยการสำรวมกายและวาจา การสำรวมอินทรีย์ การสำรวมในการหาเลี้ยงชีพ และการสำรวมในการบริโภค

การสำรวมกายและวาจาให้เรียบร้อย ย่อมแตกต่างกันตามฐานะของบุคคล ถ้าเป็นพระภิกษุก็ต้องรักษาศีล ๒๒๗ ไม่ให้ด่างพร้อย สามเณรต้องรักษาศีล ๑๐ ส่วนคนธรรมดาต้องรักษาศีล ๘ หรือศีล ๕ โดยไม่ฆ่า ไม่ลักทรัพย์ ไม่ทำการล่วงประเวณี ไม่พูดปด และไม่เสพสุรายาเมา

การสำรวมอินทรีย์ ได้แก่การสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย

และใจ ไม่ให้หวั่นไหวในเมื่อเห็นรูป ได้ยินเสียง ได้กลิ่น ได้ลิ้มรส และเมื่อมีสิ่งภายนอกมากระทบกายหรือใจ

การสำรวมในการหาเลี้ยงชีพ คือการเลี้ยงชีพโดยชอบธรรมตามฐานะของบุคคล โดยการเว้นจากการหาเลี้ยงชีพอันผิดทำนองคลองธรรม และโดยแสวงหาอาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค โดยปราศจากเล่ห์กล

การสำรวมในการบริโภค ได้แก่การสำรวมในการอุปโภคบริโภคอาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค เพียงเพื่อให้มีชีวิตอยู่โดยมิได้คำนึงถึงความอยากหรือความสุขสบายแต่ประการใด

เมื่อได้รักษาศีลให้บริสุทธิ์โดยไม่ด่างพร้อยแล้ว ผู้ปฏิบัติก็จะได้ชื่อว่ามีศีลบริสุทธิ์ ซึ่งจะก่อให้เกิดสมาธิ

สมาธิ

สมาธิ คือการสำรวมใจให้แน่วแน่ ผู้ปฏิบัติจะต้องใช้สติเพ่งรูปนามเป็นอารมณ์ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ สติปัฏฐาน ๔ นี้ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า **"เป็นหนทางเดียวเพื่อความบริสุทธิ์หมดจดของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อการก้าวล่วงเสียซึ่งความโศก และความร่ำไรรำพัน เพื่อความตั้งอยู่ไม่ได้แห่งทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุธรรมอันสัตว์พึงรู้ เพื่อทำนิพพานให้แจ้ง"** ๑

---

๑. มหาสติปัฏฐานสูตร

การปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ เป็นการใช้สติกำหนดรู้อยู่ทุกขณะถึงอาการที่ปรากฏทางกายและจิตหรือสังขารทั้ง ๕ ซึ่งแบ่งออกได้เป็น ๔ ประเภท คือ

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่การใช้สติกำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางกาย หรือ *รูปขันธ์*

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่การใช้สติกำหนดรู้อาการที่ปรากฏทาง *เวทนาขันธ์*

๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทาง *วิญญาณขันธ์*

๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทาง *สัญญาขันธ์* และ *สังขารขันธ์*

กายานุปัสสนา ประกอบด้วยการใช้สติกำหนดรู้ในการเดินจงกรม กายหายใจ อิริยาบถ การทำกิจวัตรประจำวัน อาการ ๓๒ ของร่างกาย ธาตุทั้ง ๔ ในร่างกายและศพ แต่ที่สำคัญที่สุดก็คือการ *เดินจงกรม* และ*การพิจารณาการหายใจ* ในการเดินจงกรม ผู้ปฏิบัติจะต้องเดินไปอย่างช้า ๆ และใช้สติติดตามพิจารณาอาการก้าวย่างทุกฝีก้าว การย่างเท้าแต่ละก้าวแบ่งเป็น ๖ ระยะ คือ ยกส้นเท้า ยกเท้า ย่างเท้า ลดเท้าลง เท้าแตะพื้น และกดเท้า[๑] และผู้ปฏิบัติจะต้องกำหนดรู้ในการก้าวไปข้าง-

---

๑. วิสุทธิมรรค มรรคามรรคญาณทัสสนวิสุทธิ

หน้า ถอยหลัง การไปและการหยุด เมื่อได้เดินจงกรมนานพอควรแล้ว จะต้องนั่งขัดสมาธิหลับตาและพิจารณาดูการหายใจ (ไม่ใช่ลมหายใจ)[๑] ให้รู้ว่าหายใจเข้าหรือออก สั้นหรือยาวเพียงใด ในทางปฏิบัติผู้ปฏิบัติจะต้องพิจารณาอาการพองและอาการยุบของท้องซึ่งเกิดจากการหายใจเข้าและการหายใจออก นอกจากจะกำหนดรู้การเดินจงกรมและการหายใจเข้าออกแล้ว จะต้องกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของอิริยาบถต่าง ๆ เช่น การยืน เดิน นั่ง นอน การเคลื่อนไหวของร่างกายอย่างอื่น เช่น การแลดู การเหลียวดู การคู้เหยียดแขนขา ฯลฯ ตลอดจนการปฏิบัติกิจประจำวัน เช่น การเคี้ยว การดื่ม การกิน การแต่งตัว การถ่ายอุจจาระปัสสาวะ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส และการสัมผัส

เวทนานุปัสสนา คือการกำหนดรู้ถึงเวทนา อันได้แก่ความรู้สึกสุข ความรู้สึกทุกข์หรือปวดเจ็บ และความรู้สึกเฉย ๆ

จิตตานุปัสสนา ได้แก่การกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของจิต เมื่อจิตมีราคะ โทษะ โมหะ ความหดหู่ ความฟุ้งซ่าน ความไม่สงบ ฯลฯ ก็รู้ชัดว่าจิตมีอารมณ์อย่างนั้น ๆ

ธัมมานุปัสสนา ได้แก่การกำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางความจำได้หมายรู้และความคิดนึก คือ เมื่อคิดอะไรอยู่ ก็ต้องกำหนดรู้ว่าคิดอะไรอยู่ หรือเมื่อเกิดความพอใจ ความพยาบาท ความหดหู่ท้อถอย ความ

๑. การพิจารณาลมหายใจ เป็นการปฏิบัติสมถกรรมฐาน

ฟุ้งซ่านรำคาญใจ หรือความลังเลสงสัย ก็ต้องกำหนดรู้ทัน หรือเมื่อเห็นรูป ได้ยินเสียง ได้กลิ่น ได้ลิ้มรส และได้สัมผัสสิ่งต่าง ๆ ก็ต้องกำหนดรู้ หรือเมื่อเกิดความไม่พอใจ ความละอาย ความปรารถนา ความคิดเห็น ความโลภ ความโกรธ ความริษยา ฯ ล ฯ ก็ต้องกำหนดรู้เช่นเดียวกัน

กล่าวโดยสรุป สติปัฏฐาน ๔ คือ การใช้สติกำหนดรู้อยู่ทุกขณะว่า ในขณะหนึ่ง ๆ นั้น เรากำลังทำอะไรอยู่ หรือมีความรู้สึกนึกคิดอย่างไร ทฤษฎีนี้เป็นแก่นคำสอนของสมเด็จสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยแท้ พระองค์ได้ทรงสอนหลักสติปัฏฐาน ๔ แก่สาวกของพระองค์ตลอดมา นับตั้งแต่ได้ตรัสรู้จนกระทั่งเสด็จดับขันธ์ปรินิพพานในที่สุด แม้ในวันสุดท้ายแห่งชีวิตของพระองค์ พระองค์ก็ได้ทรงอุตส่าห์ประทานหลักสติปัฏฐานไว้ในปัจฉิมพุทธพจน์ว่า **"ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา พวกเธอทั้งหลายจงถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด"**

พระพุทธพจน์อันเป็นอมตะนี้แสดงว่า พระองค์ได้ทรงสอนสาวกของพระองค์ไม่ให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาทโดยให้มีสติอยู่ทุกเมื่อ นั่นก็คือหลักสติปัฏฐาน ๔ นั่นเอง ด้วยเหตุนี้จึงเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่าสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทรงสรุปคำสอนของพระองค์ทั้งหมดไว้ในปัจฉิมพุทธพจน์นี้ !

โดยการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ จิตจะค่อย ๆ มีสมาธิขึ้นเป็นลำดับและเมื่อสมาธิแก่กล้าแล้ว ปัญญาก็จะเกิดขึ้น สมกับที่พระพุทธองค์ตรัสว่า **"เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้ว ย่อมเห็นสิ่งทั้งปวงตามความเป็นจริง"**

ปัญญา

เมื่อผู้ปฏิบัติได้ปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ต่อไป ปัญญาก็จะเกิดพอกพูนมากขึ้นเป็นลำดับ จนกระทั่งบรรลุมรรคผล มีใจสะอาดบริสุทธิ์ในที่สุด ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า **"คนเราบริสุทธิ์ด้วยปัญญา"**

กล่าวโดยย่นย่อ ทฤษฎีวิปัสสนากรรมฐานของสมเด็จพระบรมศาสดาก็คือ *ศีลก่อให้เกิดสมาธิ สมาธิก่อให้เกิดปัญญา ปัญญาทำให้ใจบริสุทธิ์ และเมื่อใจบริสุทธิ์แล้ว ก็จะถึงซึ่งความดับทุกข์* นี่เป็นทฤษฎีของธรรมชาติทางจิตอันลึกลับที่สมเด็จสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงค้นพบ และได้นำมาเผยแพร่แก่ชาวโลก เพื่อความหลุดพ้นทุกข์ทั้งมวล และเพื่อบรรลุถึงอุดมสันติสุข ทฤษฎีนี้เป็นทฤษฎีที่แน่นอน และมีเหตุผลเกี่ยวเนื่องกันเช่นเดียวกับทฤษฎีวิทยาศาสตร์ทั้งหลาย

ปัญญาที่เกิดขึ้นเนื่องจากการปฏิบัติหลักสติปัฏฐาน ๔ นี้ เรียกว่า **ญาณ** ซึ่งต่างกับ **ฌาน** ในสมถกรรมฐาน และจะเกิดขึ้นในจิตของผู้ปฏิบัติทุกคนเป็นลำดับดังต่อไปนี้

๑. *นามรูปปริจเฉทญาณ* ในญาณนี้ผู้ปฏิบัติจะเห็นว่า ชีวิตหรือสังขารของเรานั้นประกอบด้วยรูปและนามเท่านั้นไม่มีอะไรอื่น สิ่งซึ่งเรียกกันว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ฯ ล ฯ เป็นเพียงสิ่งสมมติซึ่งความจริงแล้วหาได้มีอยู่ไม่

๒. *ปัจจยปริคคหญาณ* เมื่อรู้เห็นตามที่เป็นจริงว่า ชีวิตประกอบด้วยรูปและนามเท่านั้นแล้ว ผู้ปฏิบัติจะเห็นจริงต่อไปว่า ชีวิตนั้นมิใช่เกิดขึ้นเองหรือมีใครสร้างขึ้น แต่มีปัจจัยเป็นมูลเหตุ และทั้งรูปและนามต่างพึ่งพาอาศัยกัน ลำพังแต่รูปหรือนามอย่างเดียว ไม่อาจจะตั้งอยู่ได้ ถ้าอันใดอันหนึ่งแตกสลายไป อีกอันหนึ่งก็จะแตกสลายตามไปด้วย

๓. *สัมมสนญาณ* ในญาณนี้ผู้ปฏิบัติจะได้เห็นไตรลักษณ์ของชีวิต หรือของรูปและนาม ซึ่งเป็นสามัญลักษณะของสรรพสิ่งทั้งหลาย คือ *อนิจจัง* ความไม่เที่ยง *ทุกขัง* ความเป็นทุกข์ และ *อนัตตา* ความไม่ใช่ตัวตน ผู้ปฏิบัติจะเห็นว่ารูปและนามเกิดขึ้นชั่วขณะหนึ่งแล้วก็ดับไป แล้วก็เกิดขึ้นอีกแล้วก็ดับไปอีก ไม่มีรูปหรือนามอันใดที่จะคงทนถาวรอยู่ได้ เพราะเป็นอนิจจัง ผู้ปฏิบัติจะเห็นต่อไปว่า อาการผันแปรเปลี่ยนแปลงอยู่เนืองนิจของรูปนามนี้เป็นสิ่งที่บีบคั้นและเป็นทุกขเวทนา ซึ่งเป็นสิ่งที่ทนได้ยากเพราะเป็นทุกข์ และผู้ปฏิบัติจะเห็นอีกว่า รูปและนามนี้ไม่อยู่ในบังคับบัญชาของผู้ใด ไม่มีใครจะบังคับไม่ให้มันเกิดขึ้นได้ เมื่อเกิดแล้วก็ไม่มีใครจะบังคับไม่ให้ดำรงอยู่ได้ เมื่อดำรงอยู่แล้วก็ไม่มีใครจะบังคับไม่ให้

เสื่อมได้ และเมื่อเสื่อมแล้วก็ไม่มีใครจะบังคับไม่ให้แตกสลายลงได้เพราะไม่ใช่ตัวตน

๔. *อุทยัพพยญาณ* ในญาณนี้ผู้ปฏิบัติจะได้เห็นการเปลี่ยนแปลงของรูปและนามซึ่งมีอยู่ทุกขณะว่า เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็จะดับไป ผู้ปฏิบัติจะเห็นชัดว่ารูปและนามนี้มิได้เกิดจากที่ใดที่หนึ่ง และมิได้ดับไปสู่ที่ใดที่หนึ่ง แต่ไม่เคยมีก็เกิดมีขึ้น และเมื่อเกิดแล้วก็สลายไป และจะคงดำรงอยู่ได้ชั่วระยะเวลาอันสั้น เสมือนหยดน้ำค้างในเวลาดวงอาทิตย์ขึ้นหรือฟองน้ำ หรือฟ้าแลบฉะนั้น

ในระหว่างนี้ "วิปัสสนูปกิเลส" หรือกิเลสในวิปัสสนา อย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างในบรรดาที่มีอยู่ ๑๐ อย่าง จะเกิดขึ้นในจิตของผู้ปฏิบัติ โดยอาจจะเห็นเป็นแสงสว่างอันน่าพิศวง (โอภาส) หรืออาจจะมีความรู้สึกเกิดขึ้นว่า ตนมีความรู้เปรื่องปราดหมดจด (ญาณ) บางที อาจจะ รู้สึกว่ามีความ อิ่มใจซาบซ่านไป ทั่วกาย (ปีติ) ในลักษณะต่าง ๆ กัน คือ ขนลุกขนชัน เห็นเหมือนสายฟ้าแลบแปลบปลาบตา รู้สึกเหมือนถูกละลอกคลื่นหนุนเนื่องกันเข้ามา ตัวลอย หรือรู้สึกซาบซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย บางทีผู้ปฏิบัติจะมีความรู้สึกสงบทั้งกายและใจ (ปัสสัทธิ) หรือมีความสุขที่สุดในชีวิต (สุข) บางทีจะเกิดความเลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อย่างแรงกล้า (อธิโมกข์) หรือมีความรู้สึกว่าได้พากเพียรปฏิบัติวิปัสสนาเป็นอย่างดีแล้ว (ปัคคาหะ)

บางทีจะมีสติยึดมั่นอยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่ได้ผ่านมาแล้วในอดีต (อุปัฏฐานะ) หรือมีความรู้สึกวางเฉยในการปฏิบัติ (อุเบกขา) ในประการสุดท้าย ผู้ปฏิบัติมักจะรู้สึกว่า กิเลสต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้น เกิดขึ้นแก่ตน เป็นของน่าชื่นชมและตนรู้สึกชื่นชมยินดี (นิกันติ)

วิปัสสนูกิเลสเหล่านี้ เป็นอุปสรรคแก่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เพราะทำให้จิตหลงชื่นชมอยู่ด้วยความเพลิดเพลิน หรือทึกทักเอาว่าตนได้บรรลุมรรคผลนิพพานแล้ว แต่เมื่อได้พิจารณาเห็นว่า ปรากฏการณ์เหล่านั้นก็มีลักษณะไม่แตกต่างกับรูปและนาม คือ เมื่อเกิดขึ้นและดำรงอยู่แล้ว ก็เสื่อมไปและดับไป ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดและการดับ และไม่อยู่ในบังคับบัญชาของผู้ใด ผู้ปฏิบัติก็จะหวนกลับมาพิจารณาไตรลักษณ์ของรูปและนามต่อไปใหม่ เช่นนี้แล้ว ปัญญาก็จะแก่กล้ายิ่งขึ้นเป็นลำดับ คือจะเห็นความเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ของรูปนามได้ง่ายดายและชัดเจนยิ่งขึ้น

๕. *ภังคานุปัสสนาญาณ* ในญาณนี้ผู้ปฏิบัติจะเห็นว่า รูปนามนี้เป็นสิ่งไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่ตัวตน ทั้งมีแต่ความแตกสลายในที่สุด ทำให้ผู้ปฏิบัติไม่ใยดีต่อการเกิดขึ้นและการดำรงอยู่ของรูปนาม จึงเห็นแต่ความแตกสลายของรูปนามถ่ายเดียว เสมือนหนึ่งบุคคลที่ยืนอยู่ริมฝั่งน้ำ มองเห็นฝนเม็ดโต ๆ ตกลงมากระทบผิวน้ำ ก่อให้เกิดเป็นฟองกระเซ็นขึ้น แล้วก็พลันสลายไปในทันทีฉะนั้น

๖. *ภยตุปัฏฐานญาณ* ในญาณนี้ผู้ปฏิบัติจะเห็นว่ารูปนามเต็มไปด้วยอันตรายที่น่ากลัว เมื่อเห็นว่ารูปนามมีแต่ความแตกสลายอยู่ทุกขณะ ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกว่า รูปนามนี้เป็นบ่อเกิดแห่งอันตราย มีแต่ความไม่เที่ยง ความบีบคั้นและความว่างเปล่าประดุจบ้านร้าง

๗. *อาทีนวานุปัสสนาญาณ* ญาณนี้เป็นญาณที่เห็นโทษของรูปนาม คือเห็นว่ารูปนามนั้นไม่มีอะไรดีเลย มีแต่โทษถ่ายเดียว ไม่มีอะไรเป็นที่น่าปรารถนาหรือจับต้อง ชีวิตเป็นเสมือนหลุมเพลิงอันเต็มไปด้วยถ่านซึ่งมีเปลวอันโชติช่วง ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกเสมือนอยู่ในป่าชัฏซึ่งเต็มไปด้วยสัตว์ร้าย คือรู้สึกหวาดหวั่นพรั่นพรึง เพราะมองเห็นแต่โทษของรูปนามหรือสังขารทั้งปวง

๘. *นิพพิทานุปัสสนาญาณ* เมื่อผู้ปฏิบัติเห็นว่ารูปนามมีแต่โทษก็จะรู้สึกเบื่อหน่าย ไม่ยินดีในรูปนามหรือสังขารอันมีแต่ความแตกสลาย หากยินดีในการพิจารณาความเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาของรูปนาม ในญาณนี้ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกว่า ทุกอย่างในโลกนี้ล้วนแต่ไร้ความหมาย ไร้สาระ น่าขยะแขยง แห้งแล้ง และน่าเบื่อหน่าย

๙. *มุญจิตุกัมยตาญาณ* ญาณนี้เป็นญาณที่ใคร่หลุดพ้นไปจากรูปนาม เมื่อผู้ปฏิบัติรู้สึกเบื่อหน่ายในรูปนาม จิตก็ย่อมจะไม่ผูกพันหรือติดอยู่ในรูปนามและอยากจะไปเสียให้พ้น เหมือนไก่ป่าซึ่งถูกขังอยู่ในกรง ย่อมปรารถนาที่จะออกจากที่คุมขังไปสู่ความเป็นอิสระฉะนั้น

๑๐. *ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ* เพราะต้องการจะพ้นไปจากรูปนาม ผู้ปฏิบัติจะขมักเขม้นหาทางรอดพ้น ทำให้ย้อนไปเห็นไตรลักษณ์ของรูปนาม คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา อย่างแจ่มแจ้งชัดเจน ในญาณนี้ผู้ปฏิบัติอาจจะได้ประสบทุกข์และความบีบคั้นอย่างสาหัส เพราะเห็นทุกข์อย่างชัดแจ้ง

๑๑. *สังขารุเปกขาญาณ* ญาณนี้เป็นญาณที่พิจารณาสังขารหรือรูปนามโดยอาการวางเฉย ผู้ปฏิบัติจะเห็นไตรลักษณ์ของรูปนามอย่างแจ่มแจ้งชัดเจนยิ่งกว่าในญาณอื่น ๆ และจะเห็นว่ารูปและนามนั้นเป็นสิ่งว่างเปล่า คือเห็นว่าไม่มีอะไรที่เป็นตัวตนและไม่เห็นเป็นสิ่งที่ควรจะยึดถือว่าเป็นเราหรือเป็นของเรา ฉะนั้นแล้วผู้ปฏิบัติย่อมจะละความพรั่นพรึงและความยินดี และวางเฉยในรูปนามหรือสังขารทั้งปวง จิตของผู้ปฏิบัติจะนิ่งเฉยไม่ฟุ้งซ่านเหมือนกับหยาดน้ำที่นอนนิ่งอยู่บนใบบัวฉะนั้น

เป็นที่ควรสังเกตว่า เพื่อที่จะผ่านญาณนี้ไปสู่ญาณบรรลุมรรคผล ผู้ปฏิบัติจะต้องมี ความเพียร ความศรัทธา สติ สมาธิ และปัญญาได้ส่วนสมดุลย์กัน มิฉะนั้นญาณก็จะตก และขึ้น ๆ ลง กลับไปกลับมาระหว่างอุทยัพพยญาณและสังขารุเปกขญาณ

๑๒. *อนุโลมญาณ* ในญาณนี้ผู้ปฏิบัติจะทบทวนพิจารณาไตรลักษณ์ของรูปนามเป็นครั้งสุดท้าย โดยอนุโลมตามญาณที่ผ่านมาแล้ว ความรู้สึกครั้งสุดท้ายของผู้ปฏิบัติอยู่ในภาวะที่จะดับลงไปแล้ว

๑๓. *โคตรภูญาณ* ญาณนี้เป็นญาณที่ตัดโคตรปุถุชนให้ขาดออก เพื่อเข้าสู่ความเป็นอริยบุคคล อารมณ์และความรู้สึกของผู้ปฏิบัติดับวับลงตรงญาณนี้ ผู้ปฏิบัติได้สูญสิ้นภาวะความเป็นปุถุชนนับตั้งแต่วาระนั้นเป็นต้นไป

๑๔. *มรรคญาณ* เมื่อความรู้สึกและอารมณ์ทั้งหลายดับลง ผู้ปฏิบัติก็จะเข้าสู่มรรคญาณทันที มรรคญาณนี้จะเป็นผู้ประหารกิเลสในจิตของผู้ปฏิบัติอย่างถอนรากโดยฉับพลัน และจิตของผู้ปฏิบัติเริ่มเข้าสู่นิพพาน

๑๕. *ผลญาณ* เมื่อมรรคญาณเกิดขึ้นแล้ว ผลญาณก็จะเกิดตามมา ในญาณนี้ผู้ปฏิบัติได้ชื่อว่าอยู่ในนิพพาน

๑๖. *ปัจจเวกขณญาณ* ญาณนี้เป็นญาณที่พิจารณาถึงสิ่งที่เพิ่งผ่านมาในขณะจิตที่ล่วงมาแล้ว เมื่อผลญาณผ่านไปแล้ว ความรู้สึกของผู้ปฏิบัติจะกลับมีดังเดิมติดต่อกันทันที ผู้ปฏิบัติจะพิจารณาถึงการบรรลุมรรคผลนิพพานที่ผ่านมา

ในทางปฏิบัติ ญาณทั้ง ๔ นับตั้งแต่อนุโลมญาณจนถึงผลญาณจะเกิดขึ้นติดต่อกันภายในพริบตาเดียวโดยไม่มีเวลาว่างมาคั่น จึงได้ชื่อว่า " อกาลิโก " ในชั่วขณะที่กล่าวนี้ ผู้ปฏิบัติจะไม่มีอารมณ์หรือความรู้สึกอันใดเลย เพราะจิตยึดเอานิพพานเป็นอารมณ์อยู่

ผู้ซึ่งบรรลุมรรคผลขั้นแรกนี้มีจิตบริสุทธิ์ยิ่งกว่าปุถุชนคนธรรมดา เป็นพระอริยบุคคลชั้นต้น เรียกว่า *พระโสดาบัน* ซึ่งหมายความว่าผู้แรกถึงกระแสนิพพาน

หลักปฏิบัติที่กล่าวมาข้างต้นนี้ เป็นหลักปฏิบัติวิปัสสนาเพื่อบรรลุมรรคผลข้างต้น ถ้าผู้ปฏิบัติปรารถนาจะได้บรรลุมรรคผลขั้นสูงขึ้นไป ก็จะต้องปฏิบัติในทำนองเดียวกันกับที่ได้อธิบายมาแล้ว และญาณจะเกิดขึ้นเป็นลำดับในทำนองเดียวกับการปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรคผลขั้นต้น แต่ลักษณะของญาณ แต่ละญาณจะละเอียดประณีตยิ่งขึ้น ตามขั้นของมรรคผล ถ้าได้บรรลุมรรคผลขั้นที่สอง จิตของผู้ปฏิบัติจะบริสุทธิ์กว่าในขั้นแรก และผู้ปฏิบัติจะได้ชื่อว่าเป็น *พระสกทาคามี* ซึ่งหมายความว่า ผู้ซึ่งจะกลับมาสู่โลกนี้อีกเพียงครั้งเดียว ถ้าได้บรรลุมรรคผลขั้นที่สาม จิตของผู้ปฏิบัติจะบริสุทธิ์ยิ่งกว่าในขั้นที่สอง และผู้ปฏิบัติจะได้ชื่อว่าเป็น *พระอนาคามี* ซึ่งหมายความว่า ผู้ซึ่งไม่กลับมายังโลกนี้อีก และถ้าได้บรรลุมรรคผลขั้นสุดท้าย จิตของผู้ปฏิบัติจะบริสุทธิ์หมดจดอย่างสิ้นเชิง และผู้ปฏิบัติจะได้ชื่อว่าเป็น *พระอรหันต์* ซึ่งหมายความว่า ผู้ไกลจากกิเลส

เป็นที่แน่นอนว่า ทุกคนที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานย่อมมีหวังที่จะบรรลุมรรคผล นอกจากบุคคลบางจำพวก คือ ผู้ประกอบอนันตริยกรรม ได้แก่ฆ่าบิดามารดา ฆ่าพระอรหันต์ ทำสงฆ์ให้แตกแยกกันและทำพระกายของพระพุทธเจ้าให้ห้อเลือด ผู้มีมิจฉาทิฏฐิไม่เชื่อในผล

ของกรรม ผู้ที่มีสัญญาผิดแปลกจากสามัญชน เปรตและสัตว์เดรัจฉาน ผู้ที่ปลอมเป็นภิกษุสามเณร และพระภิกษุที่ต้องอาบัติปาราชิก ผู้ประทุษร้ายภิกษุณี เด็กอายุต่ำกว่า ๗ ขวบ ภิกษุที่ต้องอาบัติสังฆาทิเสส และผู้ที่ล่วงเกินดูหมิ่นพระอริยบุคคล[๑] เฉพาะบุคคลสองจำพวกหลัง ยังมีหวังที่จะได้บรรลุมรรคผล คือ ภิกษุที่ต้องอาบัติสังฆาทิเสสต้องปลงอาบัติอยู่กรรมเสีย และผู้ที่ล่วงเกินดูหมิ่นพระอริยบุคคลต้องขอขมาโทษพระอริยบุคคลนั้นก่อน ส่วนระยะเวลาปฏิบัติที่จะบรรลุมรรคผลนั้นย่อมช้าเร็วต่างกันแล้วแต่ความศรัทธา ความเพียร สติ สมาธิ และปัญญาของผู้ปฏิบัติแต่ละคน เฉพาะการบรรลุมรรคผลขั้นแรกนั้นอาจกินเวลาเพียงวันเดียว หรือ ๓ วัน หรือ ๗ วัน หรือ ๑ เดือน หรือ ๓ เดือน หรือ ๗ เดือนก็ได้ แล้วแต่วาสนาบารมีของบุคคล

ความบริสุทธิ์แห่งจิต

กิเลส ซึ่งทำให้จิต ของมนุษย์ไม่ บริสุทธิ์ และร้อยรัดสัตว์โลกทั้งหลายให้ติดอยู่ในสังสารวัฏฏ์ โดยต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ตลอดกาลนิรันดรนั้น เรียกว่า **สังโยชน์** ซึ่งมีอยู่ ๑๐ อย่าง คือ *สักกายทิษฐิ* ความยึดมั่นในตัวตน **วิจิกิจฉา** ความสงสัยในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ *สีลัพพตปรามาส* ความเห็นผิดในคลองธรรม *กามราคะ* ความยินดีในรูป

๑. มิลินทปัญหา ธรรมาภิสมยปัญหา

เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ *ปฏิฆะ* ความโกรธ *รูปราคะ* ความยินดีในรูปฌาน *อรูปราคะ* ความยินดีในอรูปฌาน *มานะ* ความถือตน *อุทธัจจะ* ความฟุ้งซ่าน และ *อวิชชา* ความไม่รู้ สำหรับผู้ที่บรรลุมรรคผลขั้นต้นซึ่งเรียกว่าพระโสดาบันนั้น สังโยชน์ได้ถูกทำลายลง ๓ ประการ คือ ความยึดมั่นในตัวตน ความสงสัยในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และความเห็นผิดในคลองธรรม ส่วนสังโยชน์อีก ๓ ประการ ชนิดที่รุนแรง คือ ความยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ ความโกรธ และความถือตนก็ได้ถูกทำลายลงรวมทั้งความอิจฉาริษยา ความตระหนี่ ความลำเอียง การยกตนข่มท่าน ความอกตัญญู ความมีมารยา และความโอ่อวดซึ่งเป็นกิเลสย่อย นอกจากนั้นพระโสดาบัน ยังมีศีล ๕ ประจำใจ คือ จะไม่ฆ่า ไม่ลัก ไม่ประพฤติผิดประเวณี ไม่พูดปด และไม่เสพสุรายาเมาตลอดชีวิต

เป็นที่ควรสังเกตว่า กิเลสเหล่านี้ได้ถูกกำจัดหมดสิ้นไปอย่างน่าอัศจรรย์โดยจะไม่มีขึ้นอีกในดวงจิต ไม่ว่ากรณีจะเป็นอย่างไรก็ตาม ทั้งนี้เป็นเพราะถูกมรรคประหารในตอนที่บรรลุมรรคญาณ ตามคติพระพุทธศาสนา พระโสดาบันจะกลับมาสู่โลกนี้อีกไม่เกิน ๗ ชาติ หลังจากนั้นก็จะเข้าสู่นิพพาน

สำหรับผู้ที่ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนได้บรรลุมรรคผลขั้นที่สองเป็นพระสกทาคามี จะมีจิตบริสุทธิ์ยิ่งกว่าพระโสดาบัน เพราะความ

ยินดีในรูป เสียง กลิ่นรส สัมผัส และธรรมารมณ์และความโกรธชนิดปานกลางได้ถูกกำจัดสิ้นไป คงเหลืออยู่แต่ชนิดที่บางเบา นอกจากนั้นการพูดส่อเสียดและการด่าแช่งด้วยโทษะจริตชนิดที่รุนแรงก็หมดสิ้นไปด้วย ตามคติพุทธศาสนา พระสกทาคามีจะกลับมาสู่โลกนี้อีกเพียงชาติเดียว และในชาตินั้นก็จะบรรลุมรรคผลเป็นพระอรหันต์

สำหรับผู้ที่ได้บรรลุมรรคผลขั้นที่สาม เป็นพระอนาคามี จะมีจิตบริสุทธิ์ยิ่งกว่าพระสกทาคามี เพราะความยินดีในรูปเสียง กลิ่นรสสัมผัส และธรรมารมณ์และความโกรธ รวมทั้งความพยาบาทได้ถูกทำลายหมดอย่างสิ้นเชิง นอกจากนี้ความไม่พอใจในความเสื่อมลาภ ความเสื่อมยศ การนินทาและความเสื่อมสุขก็ถูกขจัดหมดสิ้นไปด้วยเช่นเดียวกัน แต่ยังคงพอใจใน ลาภ ยศ สรรเสริญ และสุขอยู่ ซึ่งจะหมดไปก็ต่อเมื่อได้บรรลุเป็นพระอรหันต์เท่านั้น

ในขั้นบรรลุมรรคผลเป็นพระอนาคามีนี้ สังโยชน์ถูกทำลายให้หมดไปโดยสิ้นเชิง ๕ อย่าง และอีก ๕ อย่างที่เหลือก็เป็นกิเลสชนิดที่ละเอียด พระอนาคามียังคงมีความยินดีในรูปฌานและอรูปฌานอยู่ แต่ตามปกติแล้วความยินดีเช่นว่านี้จะไม่แสดงออก นอกจากในบุคคลที่ปฏิบัติสมถกรรมฐานเท่านั้น สำหรับความถือตน เฉพาะความถือตนชนิดที่เป็นไปตามความจริงยังคงมีอยู่ ส่วนความถือตนโดยหลงผิดได้ถูกทำลายลงในขั้นบรรลุมรรคผลเป็นพระสกทาคามีแล้ว สำหรับความฟุ้งซ่านนั้นที่มี

เหลืออยู่ก็เป็นเพียงชนิดละเอียด ซึ่งทำให้จิตหวั่นไหวเพียงเล็กน้อย และสำหรับอวิชชาหรือความไม่รู้นั้นเล่า ส่วนใหญ่ได้ถูกทำลายไปตั้งแต่ได้บรรลุมรรคผลเป็นพระโสดาบันและพระสกทาคามีแล้ว ในขั้นเป็นพระอนาคามียังจะมีเหลืออยู่เพียงส่วนน้อย และจะถูกทำลายลงอย่างสิ้นเชิงเมื่อได้บรรลุมรรคผลขั้นสุดท้ายเป็นพระอรหันต์

ตามคติพระพุทธศาสนาพระอนาคามีจะไม่กลับมาสู่โลกนี้อีก แต่จะไปเกิดในพรหมโลกชั้นสุทธาวาส และสำเร็จเป็นพระอรหันต์ในภพนั้น

สำหรับผู้ที่ได้บรรลุมรรคผลเป็นพระอรหันต์นั้น สังโยชน์และกิเลสทั้งหมดที่ยังเหลืออยู่จะถูกทำลายหมดสิ้นไป จิตของพระอรหันต์จะบริสุทธิ์สิ้นเชิง และเมื่อดับขันธ์แล้วก็จะเข้าสู่นิพพาน พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดตลอดนิรันดร์กาล

นิพพาน

นิพพานเป็นจุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนา แต่นิพพานคืออะไรเล่า ? สมเด็จพระบรมศาสดาได้ทรงไขปัญหาข้อนี้ในเชิงนิเสธว่า

"ภิกษุทั้งหลาย สิ่งนั้นมีอยู่ ซึ่งในสิ่งนั้นไม่ใช่ดิน ไม่ใช่น้ำ ไม่ใช่ไฟ ไม่ใช่ลม ไม่ใช่อากาสานัญจายตนะ (ความว่างเปล่าไม่มีที่สุด) ไม่ใช่เนวสัญญานาสัญญาตนะ (สัญญาละเอียดซึ่งจะเรียกว่าสัญญาก็ไม่ใช่ ไม่ใช่สัญญาก็ไม่ใช่) ไม่ใช่โลกนี้ ไม่ใช่โลก

อื่น ไม่ใช่ดวงจันทร์ ไม่ใช่ดวงอาทิตย์ ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตไม่กล่าวว่าสิ่งนั้นเป็นการมา การไป การหยุดอยู่ การเคลื่อนจากภพนี้หรือการเกิดใหม่ แต่สิ่งนั้นไม่หยุดอยู่ ไม่เคลื่อนไป ไม่มีอารมณ์ สิ่งนั้นเป็นที่สุดแห่งทุกข์[๑] "

ก็อะไรเล่าเป็นทุกข์ ? พระบรมศาสดาตรัสว่า "ความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ ความโศกเศร้าเป็นทุกข์ ความร่ำไห้รำพันเป็นทุกข์ ความลำบากกายเป็นทุกข์ ความโทมนัสเป็นทุกข์ ความคับแค้นใจอาลัยรักเป็นทุกข์ ความประสบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพลากจากสิ่งซึ่งเป็นที่รักเป็นทุกข์ และความไม่ได้ในสิ่งที่ปรารถนาเป็นทุกข์ "

ก็เหตุไฉนเล่า เมื่อบรรลุนิพพานแล้วทุกข์จึงดับ ?

ตามกฎแห่ง *ปฏิจจสมุปบาท* (กฎแห่งการบังเกิดซึ่งอาศัยกันและกัน) อันเป็นกฎธรรมชาติที่สำคัญยิ่ง เกี่ยวกับความเป็นมาและความเป็นไปของชีวิตนั้น ความทุกข์ทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นความแก่ ความตาย ความโศกเศร้า หรือความร่ำไห้รำพัน หรือความทุกข์อย่างอื่น เป็นผลสืบเนื่องมาจาก *ชาติ* หรือความเกิดเป็นมูลเหตุ ชาติเกิดจาก *ภพ* ซึ่งหมายถึงกรรมภพหรือการกระทำเป็นมูลเหตุ ภพเกิดจาก *อุปาทาน* คือการยึดมั่นในสิ่งที่ผิดโดยไม่ยอมปล่อยเป็นมูลเหตุ อุปาทานเกิดจาก *ตัณหา*

---

๑. อุทานบาที่ ๘

คือความยินดีติดใจในรูปเสียง กลิ่นรส สัมผัสและธรรมารมณ์เป็นมูลเหตุ ตัณหาเกิดจาก *เวทนา* คือธรรมชาติที่เสวยอารมณ์ทำให้รู้สึกสุขทุกข์เป็นมูลเหตุ เวทนาเกิดจาก *ผัสสะ* คือสภาวะธรรมที่มาสัมผัสหรือกระทบอารมณ์เป็นมูลเหตุ ผัสสะเกิดจาก *อายตนะ* ๖ คือทวารของชีวิตอันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เป็นมูลเหตุ อายตนะ ๖ เกิดจาก นามรูป คือรูป เวทนา สัญญา และสังขาร (ไม่รวมวิญญาณ) เป็นมูลเหตุ นามรูปเกิดจาก *วิญญาณ* หรือจิตอันได้แก่ธรรมชาติซึ่งรู้อารมณ์ต่าง ๆ เป็นมูลเหตุ วิญญาณเกิดจาก *สังขาร* (ไม่ใช่สังขารขันธ์) อันหมายถึงกรรมหรือการกระทำในอดีตเป็นมูลเหตุ สังขารเกิดจาก อวิชชา คือ ความหลง (โมหะ) และความไม่รู้เป็นมูลเหตุ และอวิชชาก็เกิดจากความเศร้าโศก ความร่ำไห้รำพัน และความทุกข์อื่น ๆ นั่นเองเป็นมูลเหตุ ฉะนั้น จึงเห็นว่าสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นเกี่ยวพันกันเรื่อยไป เป็นการหมุนเวียนของชีวิตที่เรียกว่า **ภวจักร** ที่หมุนอยู่ตลอดกาลไม่มีที่สิ้นสุด โดยไม่มีต้นไม่มีปลาย กล่าวคือ อวิชชาและสังขาร (กรรม) ในอดีตชาติเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ นามรูป อายตนะ ๖ ผัสสะ เวทนา (คือความเกิด ความแก่ ความตาย) ในปัจจุบันชาติ ตัณหา อุปาทาน และกรรมภพ (กรรม) ในปัจจุบันชาติเป็นปัจจัยให้เกิดชาติ ความแก่ ความตาย (คือวิญญาณ นามรูป อายตนะ ๖ ผัสสะ และเวทนา) ในอนาคตชาติ และเป็นทำนองนี้สืบต่อไปในชาติต่อ ๆ ไป หรือจะกล่าวโดยย่อก็คือ กรรมในชาติ

ก่อนเป็นปัจจัยให้เกิดในชาตินี้ เมื่อเกิดแล้วก็สร้างกรรมใหม่แล้วก็ตาย กรรมในชาตินี้ก็เป็นปัจจัยให้เกิดในชาติหน้า และสร้างกรรมต่อไปใหม่ เมื่อตายไปแล้ว กรรมในชาติหน้าก็เป็นปัจจัยให้ไปเกิดในชาติต่อไป และต่อ ๆ ไปไม่รู้ว่าอีกกี่หมื่นกี่แสนชาติจนตลอดอนันตกาล การเวียนว่ายตายเกิดอันไม่รู้จบสิ้นนี้ ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า สังสารวัฏฏ์

ตามทฤษฎีปฏิจจสมุปบาทนี้ เราจะเห็นว่าอวิชชาและตัณหาเป็นต้นเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดชาติหรือความเกิด ถ้าอวิชชาและตัณหาถูกทำลายลง ชาติก็จะไม่มี เมื่อชาติคือความเกิดไม่มีแล้ว ทุกข์ก็ไม่มีทางจะเกิดมีขึ้นได้ ในกรณีที่บุคคลบรรลุมรรคผลเป็นพระอรหันต์ กิเลสทั้งปวงรวมทั้งอวิชชาและตัณหาย่อมถูกทำลายหมดสิ้นไป ฉะนั้นเมื่อท่านดับขันธ์เข้าสู่นิพพาน ชาติของท่านย่อมจะไม่มีอีก เพราะอวิชชาและตัณหาได้ดับไปเสียแล้ว และเมื่อไม่มีชาติ ความแก่ความตายและทุกข์อื่น ๆ ก็ไม่มี เป็นอันสุดสิ้นกันเพียงนั้น ไม่มีการเวียนว่ายตายเกิดกันอีกต่อไป ฉะนั้นนิพพานจึงเป็นที่สุดแห่งทุกข์ตลอดกาลนิรันดร

อันที่จริง การบรรลุนิพพานนั้นใช่ว่าจะมีได้เฉพาะหลังจากดับขันธ์เท่านั้นก็หาไม่ แม้ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ พระอริยบุคคลไม่ว่าชั้นใด ๆ ก็บรรลุถึงนิพพานได้เหมือนกัน กล่าวคือในชั่วขณะที่บรรลุมรรคญาณและผลญาณของแต่ละขั้นนั้น พระอริยบุคคลย่อมบรรลุนิพพานครั้งหนึ่ง นอกจากนั้นถ้าสามารถจะเข้าผลสมาบัติหรือนิโรธสมาบัติได้ พระอริยบุคคลนั้นก็ได้บรรลุนิพพานเท่าที่เข้าอยู่ในสมาบัตินั้น

ผลสมาบัติ เป็น ปฏิเวธธรรม คือผลของการปฏิบัติธรรมจนได้บรรลุมรรคผล เป็นสภาวะที่จิตยึดนิพพานเป็นอารมณ์อยู่ชั่วระยะเวลาหนึ่ง สภาวะเช่นนี้จะมีได้เฉพาะแก่ผู้ที่ได้บรรลุมรรคผลขั้นใดขั้นหนึ่งเท่านั้น และตามปกติจะต้องมีการฝึกจึงจะเข้าผลสมาบัติได้ วิธีฝึกเข้าผลสมาบัติก็เป็นเช่นเดียวกับวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรคผล คือเดินจงกรมและนั่งวิปัสสนา แต่ผู้ที่จะฝึกได้นั้น จักต้องได้บรรลุมรรคผลเป็นพระโสดาบันเป็นอย่างน้อยแล้ว ก่อนจะนั่งพิจารณากำหนดอาการพองยุบของท้อง ผู้ฝึกจะต้องอธิษฐานขอเข้าผลสมาบัติ ในชั้นแรกอาจจะเข้าอยู่ในผลสมาบัติเพียงชั่วระยะเวลาอันสั้น แต่เมื่อได้ฝึกต่อไป ก็จะเข้าได้นานยิ่งขึ้นเป็นลำดับ อาจจะเป็นถึง ๑ ชั่วโมง ๑๒ ชั่วโมง หรือ ๒๔ ชั่วโมง แล้วแต่กำลังของสมาธิ เมื่อมีความชำนาญดีแล้ว ก็สามารถจะเข้าผลสมาบัติได้ตามเวลาที่ต้องการ ในขณะที่อยู่ในผลสมาบัติ ร่างกายจะมีลักษณะแข็งเกร็งอยู่ในท่าเดียวไม่ไหวติง ตัวเย็น และลมหายใจแผ่วเบา และผู้เข้าอยู่ในผลสมาบัตินี้จะไม่มีความรู้สึกอะไรเลย ไม่มีความรู้สึกเจ็บปวด ไม่มีความรู้สึกสุขทุกข์ ไม่มีความจำได้หมายรู้ ไม่มีความนึกคิด ไม่เห็นรูป ไม่ได้ยินเสียง ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ไม่รู้การสัมผัส และไม่มีการรับรู้อารมณ์ใด ๆ ดังที่พระบรมศาสดาตรัสอธิบายว่า ผู้เข้าผลสมาบัติย่อมไม่ได้รับอารมณ์ที่เกี่ยวกับรูปฌานหรืออรูปฌาน ไม่มีความรู้สึกว่าโลกนี้หรือโลกหน้า " อารมณ์ต่าง ๆ อันใดที่เคยเห็น เคยได้ยิน เคยได้

กลิ่น เคยรู้รส เคยถูกต้อง เคยคิดถึง เคยแสวงหา และเคยเสวยมาแล้ว เป็นอันไม่มีเลย "[๑] ทั้งนี้ก็เพราะจิตของผู้เข้าสมาบัติแน่บอยู่กับนิพพาน ดังนั้นพระพุทธโฆษาจารย์ผู้รจนาคัมภีร์วิสุทธิมรรคจึงกล่าวว่า "การเข้าผลสมาบัติย่อมมีอาการ ๒ คือ โดยไม่ใฝ่ใจถึงอารมณ์อื่นนอกจากนิพพาน ๑ และใฝ่ใจถึงนิพพาน ๑ "[๒]

ได้มีการเข้าใจผิดกันอยู่ว่า ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้น จะต้องตัวแข็ง (เพราะเข้าผลสมาบัติได้) กันทุกคน แต่ความจริงมิได้เป็นเช่นนั้น ผู้ที่จะเข้าผลสมาบัติได้จะต้องได้บรรลุมรรคผลเป็นพระโสดาบันเป็นอย่างน้อยดังได้กล่าวมาแล้ว ซึ่งก็มิใช่เป็นการง่ายนัก และแม้จะได้บรรลุมรรคผลแล้ว ก็มิได้หมายความว่าจะเข้าผลสมาบัติได้อย่างง่ายดาย และถึงแม้จะเข้าได้ก็ไม่แน่ว่าจะเข้าอยู่ได้นานจนเป็นที่เห็นประจักษ์ เฉพาะผู้ที่มีสมาธิแรงกล้าเป็นพิเศษเท่านั้นที่จะเข้าผลสมาบัติได้นาน ซึ่งตามที่ปรากฏก็มีจำนวนน้อยมาก นอกจากจะเข้าใจว่าการปฏิบัติวิปัสสนากรรม-ฐานจะทำให้ตัวแข็ง (เพราะเข้าผลสมาบัติ) กันทุกคนแล้ว ยังเข้าใจผิดกันอีกว่า การที่ตัวแข็งเพราะเข้าผลสมาบัตินั้นเป็นการทำสมาธิลึกหรือเป็นการสะกดจิตตัวเอง ซึ่งความจริงแล้วไม่เป็นทั้งสองอย่าง การเข้าผลสมาบัติไม่ใช่เป็นการทำสมาธิ ลำพังแต่การทำสมาธิ ไม่ทำให้ผู้ใดเข้าผลสมาบัติได้ เป็นความจริงว่าในการเข้าผลสมาบัติจะต้องมีสมาธิแรงกล้า

---

๑. อังคุตรนิกาย เอกาทสนิบาท

๒. วิสุทธิมรรค ปัญญาภาวนานิสังสนิเทศ

แต่ก่อนที่จะเข้าผลสมาบัตินั้น ผู้เข้าจะต้องบรรลุมรรคผลมาก่อน มิใช่อยู่ ๆ ก็จะทำสมาธิเข้าผลสมาบัติได้ เช่นเดียวกัน การเข้าผลสมาบัติมิใช่เป็นการสะกดจิตตัวเอง จริงอยู่ ลักษณะของการเข้าผลสมาบัติกับลักษณะของการถูกสะกดจิตขั้นลึก เมื่อดูเพียงผิวเผินอาจจะคล้ายกัน เพราะตัวแข็งทำนองเดียวกัน แต่ลักษณะของจิตนั้นต่างกันมาก ในการที่บุคคลใดอยู่ในภาวะถูกสะกดจิต จิตของบุคคลนั้นจะคอยฟังคำสั่งและทำตามคำสั่งผู้ของสะกดจิตอยู่ตลอดเวลา แต่จิตของผู้เข้าผลสมาบัตินั้นไม่อยู่ในอาณัติของผู้ใด แม้แต่ตัวของตัวของตัวเอง ใครจะสั่งอย่างใดหรือแนะอย่างใดก็ไร้ความหมาย เพราะจิตไม่ยอมรับรู้อะไรทั้งสิ้นเนื่องจากยึดมั่นอยู่ในนิพพาน ดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ผลสมาบัตินี้เป็นโลกุตรธรรมเกิดขึ้นจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนได้มรรคผลเท่านั้น สมดังที่พระพุทธโฆษาจารย์กล่าวว่า ผลสมาบัติ "มีอมตะ (นิพพาน) เป็นอารมณ์............คายโลกามิสเสียแล้ว สงบแล้วสูงสุด การเสวยรสแห่งพระอริยผลนี้ ท่านจึงเรียกว่า เป็นอานิสงส์แห่งวิปัสสนาภาวนา"[๑] ดังนี้

สำหรับ *นิโรธสมาบัตินั้น* พระอนาคามีและพระอรหันต์เท่านั้นที่จะเข้าได้และอาจจะเข้าได้อย่างสูงถึง ๗ วัน แต่พระอนาคามีและพระอรหันต์ที่จะเข้านิโรธสมาบัติได้นั้น จะต้องได้ฌานสมาบัติ คือ รูปฌานและอรูปฌานด้วย ถ้าลำพังแต่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานซึ่งเป็นทางสายตรงไปสู่มรรคผลแล้ว แม้จะเป็นพระอนาคามีหรือพระอรหันต์ ก็เข้านิโรธสมาบัติไม่ได้ จะเข้าได้ก็แต่ผลสมาบัติเท่านั้น

---

๑. วิสุทธิมรรค บัญญาภาวนานิสังสนิเทศ

ในขณะเข้านิโรธสมาบัติ จิตย่อมเข้าสู่นิพพาน และสังขารอันได้แก่รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณย่อมดับไป เว้นแต่รูปขันธ์ส่วนใหญ่ ฉะนั้นจึงไม่มีความรู้สึกนึกคิดอันใดเลย แม้ลมหายใจก็ไม่มี จะต่างกับคนตายก็เพียงว่า คนตายนั้นอายุสิ้นแล้ว ไออุ่นหมดแล้ว อินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แตกกระจายแล้ว แต่ผู้ที่อยู่ในนิโรธสมาบัติ อายุยังไม่สิ้น ไออุ่นยังไม่หมด และอินทรีย์ยังไม่แตกกระจาย ฉะนั้นนิโรธสมาบัติจึงมีลักษณะละเอียดลึกซึ้งยิ่งกว่าผลสมาบัติ เป็นการเข้านิพพานของพระอริยบุคคลชั้นสูง ดังปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า "บัณฑิตเจริญอริยปัญญาแล้วย่อมเข้าสมาบัติอันสงบนี้......... ซึ่งพระอริยเจ้าเสพแล้ว ถึงซึ่งอันนับว่านิพพานในภพนี้" ๒

ส่วนนิพพานเมื่อดับขันธ์หรือเมื่อตายแล้วนั้น เป็นนิพพานชั่วกาลอวสาน และพระอรหันต์เท่านั้นที่จะเข้าสู่นิพพานชั่วกาลอวสานได้อย่างไรก็ตาม พระอริยบุคคลชั้นที่ต่ำกว่าพระอรหันต์ก็จะเข้าสู่นิพพานเช่นเดียวกัน แต่ไม่ใช่ในชาติปัจจุบัน กล่าวคือ พระโสดาบันจะเข้าสู่นิพพานในชาติที่ ๗ เป็นอย่างมาก พระสกทาคามีจะเข้าสู่นิพพานในชาติหน้า และพระอนาคามีก็จะเข้าสู่นิพพานในชาติหน้าเช่นเดียวกันแต่ในพรหมโลก ในขณะที่สรรพสัตว์ทั้งหลาย จะต้องเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏสงสารเป็นนิจนิรันดรนั้น พระอริยบุคคลล้วนมีนิพพานเป็นที่หวัง

๒. วิสุทธิมรรค ปัญญาภาวนานิสังสนิเทส

ในทุกวันนี้ มวลมนุษย์ผู้มิได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานต่างก็หลงเวียนว่ายอยู่ในวัฏสงสารโดยไม่มีที่สิ้นสุด เหมือนหลงแหวกว่ายอยู่ในห้วงมหรรณพอันกว้างใหญ่ไพศาลสุดที่จะประมาณ แต่ถ้าได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนบรรลุมรรคผล แม้เพียงขั้นต่ำเป็นพระอริยบุคคล ก็เท่ากับได้ว่ายตัดลัดตรงไปยังฝั่งมหรรณพ และมองเห็นฝั่งรำไรอยู่เบื้องหน้าแล้ว เมื่อได้ว่ายต่อไป คือได้วิปัสสนากรรมฐานต่อไป อีกไม่ช้าไม่นานก็จะรุดไปถึงฝั่ง คือ พระนิพพานได้ เป็นอันสิ้นทุกข์ สิ้นชาติ สิ้นภพ ไม่มีอะไรเหลือ เป็นหราก ซึ่งจะทำให้ต้องมาเวียนว่าย ตายเกิดในวัฏสงสารอีกตลอดอนันตกาล

ตามรอยพระพุทธองค์

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น หลังจากได้ตรัสรู้ธรรมวิเศษ คือวิธีชำระจิตให้บริสุทธิ์เพื่อบรรลุถึงความดับทุกข์แล้ว ก็ได้ทรงสอนเวไนยนิกรให้ปฏิบัติธรรมของพระองค์ คือ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเรื่อยมา นับแต่ปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ เป็นเบื้องแรก จนถึงวันเสด็จดับขันธปริ-นิพพาน นับเป็นเวลาถึง ๔๕ ปีเต็ม ตลอดระยะเวลาอันยาวนานนี้ พระ-องค์ได้ทรงนำมนุษย์ไปสู่ความดับทุกข์เป็นจำนวนมากมาย ในการสอนของพระองค์ พระองค์มักจะตรัสว่า "ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอทั้งหลายจงเพียรเผากิเลสอย่าได้ประมาท............ภิกษุนั้นกลับจากบิณฑบาตร

แล้ว เวลาหลังอาหารย่อมเสพเสนาสนะอันสงัดเงียบ คือ ป่า โคนไม้ ภูเขา ลำธาร ห้วยน้ำ ป่าช้า ป่าชัฏ ที่แจ้ง ลอมฟาง ....เธออยู่ถ้ำหรือโคนไม้ หรืออยู่เรือนว่าง ย่อมนั่งคู้ขาเข้าเป็นบัลลังก์ (ขัดสมาธิ) ตั้งกายตรง ดำรงสติเฉพาะหน้า............" [๑]

ตามคำสอนของพระองค์นี้ พระองค์ทรงสอนให้ภิกษุนั่งปฏิบัติกรรมฐาน และในการปฏิบัติกรรมฐานนี้ พระองค์ก็ทรงสอนให้พากเพียรปฏิบัติทั้งกลางวันกลางคืน เพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์ ดังจะเห็นได้จากพระพุทธวัจนะที่ว่า

"ภิกษุทั้งหลาย กิจที่พวกเธอต้องทำให้ยิ่งขึ้นไปอีกเป็นลำดับนั้นคืออะไร คือการสำเหนียกตัวเองให้ได้ว่า เราจักตามประกอบในธรรมเป็นเครื่องตื่น เราจักชำระจิตให้หมดจดสิ้นเชิงจากกิเลสด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งตลอดวันยังค่ำไปจนสิ้นยามแรกแห่งราตรี ครั้นยามกลางแห่งราตรีเราจะนอนอย่างราชสีห์ตะแคงขวา เท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปชัญญะในการลุกขึ้น ครั้นยามท้ายแห่งราตรี เราลุกขึ้นแล้วจักชำระจิตให้หมดจดสิ้นจากกิเลสด้วยการเดินจงกรมและด้วยการนั่งอีก" [๒]

คำสอน ของพระพุทธองค์ ท่านองนี้ ดังก้องอยู่ใน ท่ามกลาง สาวก

---

๑. อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต

๒. มัชฌิมนิกาย มหาอัสสปุรสูตร

ของพระองค์ตลอดเวลา เหล่าสาวกของพระองค์ก็ได้ปฏิบัติธรรมจำเริญรอยตามตามพระองค์เป็นจำนวนอเนก แม้ว่าในปัจจุบันนี้คำสอนของพระองค์เช่นว่านี้ยังปรากฏอยู่ แต่ก็มีน้อยคนที่สนใจ ด้วยเหตุนี้จิตใจของมนุษย์ส่วนมากจึงคงหนาไปด้วยกิเลส และมากไปด้วย โลภ โกรธ หลง ปราศจากการขัดเกลาด้วยการปฏิบัติธรรม ต่างคนต่างเบียดเบียนตนและเบียดเบียนผู้อื่นอยู่เป็นนิจ สันติสุขในโลกนี้จึงหาได้ยาก ถ้ามนุษย์เราต่างคนต่างมีใจบริสุทธิ์ แม้แต่เพียงขั้นแห่งจิตของพระโสดาบัน โลกเรานี้ ก็จะเป็น ที่รื่นรมย์ น่าอยู่กว่า ที่เป็นอยู่นี้ เป็นอันมากโดย ปราศจาก ข้อสงสัย

ในฐานะที่เราเป็นพุทธศาสนิกชน เราควรจะได้สนใจในคำสอนของพระพุทธองค์ที่ให้ชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ อันเป็นแก่นคำสอนของพระพุทธองค์หรือเป็น เนื้อแท้ของพระพุทธศาสนา การนับถือพุทธศาสนานั้น เราจะต้องเข้าให้ถึงแก่นของศาสนาจึงจะได้ชื่อว่าเป็นพุทธศาสนิกชนที่แท้จริง ถ้าเข้าถึงแต่เพียงเปลือกของศาสนาแล้ว ก็ไม่มีความหมายอะไรนักในการที่เป็นพุทธศาสนิกชน ที่จะเข้าให้ถึงแก่นหรือเนื้อแท้ของพระพุทธศาสนา มีอยู่ทางเดียวเท่านั้น คือ การปฏิบัติธรรม หรือปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งเป็นทางชำระจิตให้บริสุทธิ์และนำไปให้ถึงความดับทุกข์ในที่สุด พุทธศาสนิกชนส่วนมากเข้าใจว่าถ้าได้ทำบุญสุนทรทาน รักษาศีล ฟังธรรมเทศนา หรืออุปสมบทในพระพุทธศาสนา

ก็เป็นอันเพียงพอแล้วสำหรับการเป็นพุทธศาสนิกชน แต่เพียงเท่านั้นเป็นเพียงส่วนหนึ่งและส่วนน้อยของการเป็นพุทธศาสนิกชนที่สมบูรณ์เท่านั้น ที่จะเป็นพุทธศาสนิกชนที่สมบูรณ์จริง ๆ ไม่ว่าจะเป็นคฤหัสหรือบรรพชิต จะ *ต้องปฏิบัติตามคำสอนอันเป็นแก่นของพระองค์ คือปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนได้บรรลุมรรคผลเพื่อความบริสุทธิ์แห่งจิต เพื่อความดับทุกข์ทั้งหลายทั้งปวงและเพื่อบรรลุนิพพานอันเป็นจุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนา*[๑]

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาของการปฏิบัติ การเจริญรอยตามพระยุคลบาทของพระพุทธองค์ด้วยการปฏิบัติธรรม คือ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน นอกจากจะทำให้ผู้ปฏิบัติได้เข้าถึงแก่น หรือเนื้อแท้ของพระพุทธศาสนาแล้ว ยังเป็นการช่วยสืบพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองและยืนยาวต่อไปอีกด้วย สมดังที่สมเด็จพระบรมศาสดาได้ตรัสไว้ว่า "ถ้า**บริษัททั้ง ๔ นี้** (คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา) **จักบูชาเราด้วยปฏิบัติบูชานี้อยู่ตราบใด** ศาสนาของเราก็จักเจริญรุ่งเรืองอยู่ตราบนั้น"

ขอให้พุทธศาสนิกชนจงเข้ามาปฏิบัติธรรมให้ทั่วกันเถิด !

---

๑. ทฤษฎีและวิธีปฏิบัติโดยพิสดารโปรดดูในหนังสือ "พุทธวิปัสสนา" เขียนโดยผู้เขียนคนเดียวกันซึ่งกำลังจัดพิมพ์อยู่

[stamp]

ห้างหุ้นส่วนจำกัด การพิมพ์เกื้อกูล
ธวัชชัย ไชยชนะ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา 2504
159/7–8 ท่าเขียวไข่กา บางกระบือ พระนคร